

THE UNIVERSITY OF HONG KONG 香港大學

PUBLIC OPINION PROGRAMME 民意研究計劃

Tel 電話: (852) 3917 7700 Fax 傳真: (852) 2546 0561 Website 網址: <http://hkupop.hku.hk>  
Address: Room 706, 7/F, The Jockey Club Tower, The University of Hong Kong, Pokfulam, Hong Kong  
地址: 香港薄扶林香港大學賽馬會教學樓 7 樓 706 室



## 香港大學民意研究計劃

### 香港市民對亞健康的認知及意見調查

---

### 調查問卷

2013 年 4 月 8 日

---

The Public Opinion Programme (POP) was established in June 1991 at the Social Sciences Research Centre under the Faculty of Social Sciences of the University of Hong Kong. It was transferred to the Journalism and Media Studies Centre of the University of Hong Kong in May 2000, and then back to the Faculty of Social Sciences in January 2002.

香港大學民意研究計劃在一九九一年六月成立，初時隸屬香港大學社會科學學院的社會科學研究中心，二零零零年五月轉往香港大學新聞及傳媒研究中心，二零零二年一月再轉回香港大學社會科學學院管轄。

## 第一部分 自我介紹

喂，先生/小姐/太太你好，我姓 X，我係香港大學民意研究計劃既訪問員，我地進行緊一項調查，想訪問你一 D 關於健康既問題，我地只會阻你幾分鐘時間。請你放心，你既電話號碼係經由我地既電腦隨機抽樣抽中既，而你提供既資料係會絕對保密既。如果你對今次既訪問有任何疑問，你可以打去熱線電話 XXXX-XXXX 同我地既督導員郭先生聯絡。如果你想知多 D 關於參與研究既權利，你可以喺辦公時間致電 XXXX-XXXX 向香港大學(全名為：香港大學非臨床研究操守委員會)查詢。為左保障數據既真確性，我地既訪問可能會被錄音，但只會用作內部參考，並會係短期內銷毀。請問可唔可以開始訪問呢？

可以  
唔可以 → 訪問完成，多謝合作，拜拜。

[S1] 請問你既電話號碼係唔係 XXXX XXXX？

係  
唔係 → 訪問完成，多謝合作，拜拜。

## 第二部分 選出被訪者

[S2] 呢份問卷既訪問對象係 18 至 65 歲既香港居民，請問你屋企而家有幾多位屬於呢個組別既呢？【如果戶中有所屬年齡之對象，訪問告終；多謝合作，收線。】

有一位 → 開始訪問 [如合資格家庭成員不是接聽電話者，請邀請合資格家庭成員聽電話並重覆自我介紹]

有多過一位，\_\_\_\_位 【入實數】 → S3

冇 → 訪問告終，多謝合作，拜拜

拒答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜

[S3] 因為多過一位，我地希望所有合資格既家庭成員都有同等機會接受訪問，所以想請即將生日果位黎聽電話。（訪問員可舉例說明：『即係有冇 4 月或未來三個月內生日既人係度？』）請問可唔可以呢？

可以 - 接聽電話的人士是被訪者 → 開始訪問

可以 - 其他家人是被訪者【訪問員請重覆自我介紹】 → 開始訪問

被選中的家庭成員不在家/沒空【訪問員請另約時間再致電】

唔可以 - 家人拒絕回答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜

唔可以 - 訪者拒絕回答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜

## 第三部分 問卷主體部分

### 第一部分：本港市民的健康狀況

[Q1] 請問係過去三個月內，你有冇曾經出現過身體不適，例如頭痛、肚痛、咳嗽、流鼻水等？如有，出現過幾次？

冇

有，\_\_\_\_\_次（入實數）

有，10次以上

有，但唔記得次數

有，拒答次數

唔知／難講／唔記得

拒答

[Q2] 整體黎講，你認為自己現時既健康狀況屬於好定差？ [訪員追問程度]

好好

幾好

一半半

幾差／唔係幾好

好差

唔知／難講

拒答

### 第二部分：本港市民的亞健康情況

[Q3] 請問你係過去三個月內有幾經常出現以下情況：

[訪員讀出每項，次序由電腦隨機抽出，每項只選一個答案]

	經常	間中	甚少	從不	唔知／難講 ／唔記得	拒答
1. 頭暈頭痛						
2. 經常疲倦						
3. 眼睛疲勞						

4. 腰痠背痛						
5. 消化不良						
6. 容易傷風感冒						
7. 怕冷						
8. 記憶力差						
9. 難以集中精神						
10. 失眠						
11. 胸口鬱悶						
12. 容易氣促						
13. 容易煩燥不安						
14. 喉嚨痛						
15. 情緒低落						

[CATI 自動跳題，如 15 項皆選“從不”，跳至 Q10]

### 第三部分：亞健康問題對本港市民的影響

[Q4] 就以上各種健康情況，邊一項對你造成既困擾最大？[訪員不需要讀出答案，除非被訪者要求重讀一次，只選一項]

頭暈頭痛	容易傷風感冒
眼睛疲勞	記憶力差
消化不良	失眠
怕冷	容易氣促
難以集中精神	容易煩燥不安
胸口鬱悶	喉嚨痛
經常疲倦	情緒低落
腰痠背痛	

沒有造成任何困擾 [跳至 Q6]

唔知／難講（包括多項情況同樣困擾）[跳至 Q6]

拒答[跳至 Q6]

[Q5] 咁[讀出被訪者於 Q4 所選既答案]呢個健康問題，對你既日常生活有冇造成影響？如有，請問係邊方面既影響？[不讀答案，可選多項]

工作

學業

社交活動

家庭關係

人際關係

儀容

不能參與喜愛運動

不能參與課餘／工餘消遣

沒有精神／能量做任何事

其他，請註明：\_\_\_\_\_

冇影響

唔知／難講

拒答

[Q6] 整體黎講，你認為呢 d 健康情況對你各方面既影響有幾嚴重？[訪員追問程度]

好嚴重

幾嚴重

一半半

幾輕微／唔係幾嚴重

好輕微

唔知／難講

拒答

[Q7] 咁你有冇嘗試過採取一 d 行動去改善你既健康情況？如果有，係乜野？[不讀答案，可選多項]

有，改善飲食習慣

有，有規律的作息時間

有，多休息／睡覺

有，多做運動

有，服食維他命補充劑

有，服食其他營養補充劑

有，看醫生

有，在網上搜尋資訊

有，參加健康講座或課程

有，戒煙

有，戒酒

有，食療（服用中藥、滋補湯水）

有，多喝水

有，其他，請註明：\_\_\_\_\_

冇嘗試過採取任何行動 [跳至 Q9]

唔知／難講

拒答

[Q8] 對你黎講，要持之以恆咁改善你既健康狀況有冇困難？如果有，係乜野困難？[不讀答案，可選多項，然後跳至 Q10]

冇時間

冇均衡／健康既飲食習慣

冇定期做運動既習慣

冇預防意識

經濟因素

家人唔配合（如家人唔肯戒煙、媽媽唔肯煲湯煲藥）

其他，請註明：\_\_\_\_\_

冇困難

唔知／難講

拒答

[Q9] [只問 Q7 答“冇嘗試過採取任何行動”者] 點解你有嘗試採取行動去改善健康情況？[不讀答案，可選多項]

認為呢 d 健康情況只是小事

認為隔一段時間有關的情況會自然消失

沒有時間處理有關健康情況

曾試過多種方法後仍無效，所以決定放棄

不懂得如何改善

經濟因素考慮

其他，請註明：\_\_\_\_\_

唔知／難講

拒答

#### **第四部分：本港市民對亞健康的認知**

[Q10] 請問你有冇聽過「亞健康」（訪員讀出：係“亞洲”個“亞”）？如有，係透過乜野渠道聽過？[不讀答案，可選多項]

有，電視

有，電台

有，報紙

- 有，雜誌
- 有，網站
- 有，健康講座
- 有，書本
- 有，(子女既)學校／老師
- 有，家人／朋友／同事
- 有，醫院／診所／醫護人員
- 有，其他，請註明：\_\_\_\_\_
- 有 (請跳至 Q12)
- 唔知／難講 (請跳至 Q12)
- 拒答 (請跳至 Q12)

[Q11] 就你所知，「亞健康」係乜野？ [訪員讀出 1-3 項，次序由電腦隨機抽出，只選一項]

- 亞洲人既健康
- 健康既亞洲人
- 介乎生病和健康之間既狀態
- 其他，請註明：\_\_\_\_\_
- 唔知道
- 拒答

#### **第六部分：本港市民的生活習慣**

[Q12] 就你日常既飲食習慣而言，除澱粉質如飯麵外，你既飲食係以乜野為主？ [訪員讀出 1-5 項，次序由電腦隨機抽出，只選一項]

- 以蔬菜和生果為主
- 以肉類為主
- 以魚類為主
- 以海鮮為主
- 蔬菜和肉類相約
- 各類食物相約／沒有主食
- 以上皆否
- 唔知／難講
- 拒答

[Q13] 請問你平均每星期會做幾多次 30 分鐘或以上既運動？

少於一次

平均每星期\_\_\_\_次 [入實數]

完全冇

唔知／難講

拒答

[Q14] 咁你平均每日既返學／工作時間有幾長？

平均每日\_\_\_\_小時 [入實數]

不適用，非在職／在學人士

唔知／難講

拒答

[Q15] 請問你每日返學／返工往返學校／工作地方既交通時間有幾長？

平均每日\_\_\_\_小時 [入實數]

不適用，非在職／在學人士

唔知／難講

拒答

[Q16] 最後，請問你平均每日既訓幾多個鐘頭？

平均每日\_\_\_\_小時 [入實數]

唔知／難講

拒答



## 第四部分 個人資料

我想問你些少個人資料，方便分析，請你放心，你既資料係會絕對保密既。

[DM1] 性別

男

女

[DM2a] 年齡  
\_\_\_\_\_ (入實數)

拒答

[DM2b] 【只問不肯透露準確年齡被訪者】年齡 (範圍)[訪問員可讀出範圍]

18-19 歲

20-24 歲

25-29 歲

30-34 歲

35-39 歲

40-44 歲

45-49 歲

50-54 歲

55-59 歲

60-65 歲

拒答

[DM3] 教育程度

小學或以下

初中(中一至中三)

高中(中四及中五)

預科(中六及中七)

專上非學位

專上學位

研究院或以上

拒答

[DM4] 你既職業係：

老闆/經理/行政人員  
專業人員  
輔助專業人員  
文員  
服務工作人員  
商店銷售人員  
漁農業熟練工人  
手工藝及有關人員  
機台及機器操作員及裝配員  
司機  
非技術工人  
學生 [訪問完成]  
家庭主婦 [訪問完成]  
家庭傭工 [訪問完成]  
不能辨別  
退休 [訪問完成]  
失業/待業 [訪問完成]  
其他職位  
拒答

[DM5] 你既行業係：

銀行業  
餐飲業  
零售業  
美容業  
會計  
房地產  
教育  
傳媒  
印刷業  
運輸及物流業  
紡織及採購  
廣告及公關  
醫療  
旅遊業

建築業

電子行業

保險業

公務員

其他，請註明：\_\_\_\_\_

拒答

問卷已經完成，多謝你接受訪問。如果你對呢個訪問有任何疑問，可以打熱線電話 xxxx-xxxx 同我地既督導員聯絡，或者係辦公時間打 xxxx-xxxx 向香港大學操守委員會查詢今次訪問既真確性同埋核對我既身分。拜拜！

\*\*\*\*\*問卷完\*\*\*\*\*